あじさい新聞

第158号
発行所
シルバーデイあじさい
編集　新聞部
神戸市北区緑町
8丁目12-1
Tel078-583-2233

リハビリの様子をご紹介！

入所フロア
生活あれこれ

あじさい入所フロアではリハビリスタッフが在宅復帰に向けて一人一人の状態を入所時に評価し、自宅での生活の問題点を確認し、目標を設定した上で個別的にアプローチしていきます。

■**作業療法士は**日常生活動作を良くする為に風船バレー、しりとり、歌をうたう等、手を動かしながら運動をしています。また、食事を食べやすい方法を考えて食事の面での手助けも提案されています。

■**言語聴覚士は**認知機能向上の目的として、計算問題やぬり絵等のプリントを配ったりパズルの提供を行い頭の体操を促しています。入所者様が安全に食事を楽しめるように食べやすい角度や飲み込みの評価も行い日々検討しています。

■**理学療法士は**動きの評価（歩く、立つ、座る、移乗）等を見てから、筋力強化や関節を動きやすくする為のストレッチを行い、個人に合ったリハビリを提供しています。自主運動の指導もしている為、リハビリスタッフが居なくても、入所者様は自らホールの廊下をシルバーカー等使用し歩いたり、手すりを使って運動し日々努力されています。

■毎朝、筋力維持・向上を目指して**集団体操も**入所者様の声かけにより皆で頑張っています。職員一同、入所者様の意欲にはすごいなと感心し元気な姿にいつもびっくりさせられています。

これからも一緒にリハビリを頑張っていきますのでリハビリ職員の姿を見た時は応援をよろしくお願い致します！

理学療法士７名/言語聴覚士１名
作業療法士１名

入所階への長引く面会禁止

利用者様もご家族様も不安な毎日をお過ごしかと思います。

感染拡大を予防するために皆様にお願いします。

テレビカメラでご面会！

そこで！！文明の力
タブレットで居室階へ接続

ご自宅での生活の際、普段から次のような点にご注意ください。
以下の症状がみられる場合は、利用を控えて、症状が続くときには、かかりつけ医または帰国者・接触者相談センターに連絡してください。
ここ数日で、咳・くしゃみ・鼻水・のどの痛みなどの呼吸器症状が出はじめた。
(特に咳には要注意)
３７．５℃以上の熱がある。
ここ数日で、急に身体が“だるくなったり、元気がなくなったり、食欲が落ちたり、身体を動かすのが億劫になっている。

『感染症に負けない身体を作ろう』

あじさいリハビリ科特集
緊急企画！

健康的な体温
あなたの平熱は何度ですか?
健康な人の体温＝ 36.5℃以上

体温が1℃下がると
代謝や免疫力が
４０％低下
↓
風邪を引きやすくなる

免疫力upに必要なもの

運動
食事　睡眠

免疫力アップ!! おすすめメニュー

食物繊維が豊富
便通によい

発酵食品は
腸内環境を
整え免疫力up

タンパク質が多い
筋肉が付く

ぶたの生姜焼き定食

エネルギー(ブドウ糖)
脳の栄養

あじさい家族会お知らせ

今年度の家族会費でブレーキ付歩行器と段差昇降トレーニング機器、ストレッチ機器を購入させて頂きました。
これからの「在宅復帰に向けて必要なリハビリ」にのためにこれらの機器を利用し、より質の高いサービスを提供できるよう、スタッフ一同努力していきたいと思います。
ありがとうございました。　リハビリ科

介護風景

デイケアに通い始めた当初は緊張と不安からか、やや固い表情だったある女性利用者様。次第に環境とペースに慣れて、いまやスタッフの投げかける冗談にも「フッ・・・」とクールな笑みがこぼれ、「それはないやろ～」とツッコミを返してくださるようになりました。リハビリの体操にも「ええわ」、トイレにお誘いしても「今は大丈夫」と遠慮がちの返答だったのが、この頃は快く応じて下さるようになりました。こんなんでもないやり取りで利用者様とつながることにやりがいを感じるこの頃です。介護士Ｎ

編集後記

こんなにも長引くなんて、新型コロナウィルスの感染は世界、いや、地球の生物に脅威を与え続けています。例年なら、この季節は桜の下、別れや出会いの時を過ごすはずでした。『桜は来年も咲く。』責任ある行動と、自粛する忍耐。それでも今この時にしか一緒に見れない人々や、出逢えない桜もあったはず。あの福島の桜並木のように。いつかあんな時もあったよね。と言える日が早く訪れますように。

編集長　内田

デイケア今月の壁紙

春です！待ちに待ったお花見シーズン到来です・・が、猛威を振るっているコロナウィルスの感染防止＆拡大を避けるため今年のお花見外出は泣く泣く中止に・・・（涙）
その変わりと言ってはナンですが4月のモチーフはズバリ「桜」です。シックな桜の壁紙をど

4月の予定

音楽セラピー：中止
家族会喫茶　：中止
映画の日　　：４/23(木)
お誕生会　　：４/11・4/18(土)
　４月生まれの入所者様と家族様

新型コロナウィルス感染予防のため中止や延期となる事が予想されます。ご了承下さい。

てがきイラスト ひぃちゃん